

# 一雙手握成拳頭捱下去



[一雙手握成拳頭捱下去\\_下载链接1\\_](#)

著者:陳卓瑤

出版者:亮光文化有限公司

出版时间:2017-7

装帧:平装

isbn:97898888481095

「生活和生存有什麼分別？

生活是選擇各式各樣的物質和精神去滿足自己的需求，簡單來說，即是『有得揀』。今天我想吃魚蛋粉，明天想吃牛腩麵。生活未必一定是富裕，但簡簡單單，也可以有很多選擇，豐儉由人，各取所需。

生存就是活命，我們是人，不是植物，不能單靠空氣、陽光和水就可生存。餓了，就要吃飯；病了，就要被醫治；累了，就要找個地方休息。這是最基本的需要，缺少其中一樣，我們就會連生存也成問題。

偏偏，在香港這個充滿機遇的地方，很多基層市民都只能生存，甚至連生存的條件也欠奉，捱得一天就一天。」

陳卓瑤與兒子及幾位小朋友，在不同角落遇到努力生存的香港人，聽著他們各人的故事，越發覺得「幾千億的『大白象』未必無用，但能否撥一點『餅碎』出來解決民生問題，讓『民生無小事』這句口號不只是競選時用得著？」

推薦：

明哥（陳灼明先生；「北河同行」創辦人）：「用心留意繁華的背後，發放大家的愛心，幫助貧窮基層的人，讓他們生活得更美好。」

吳志軒先生（香港大學佛學研究中心客席助理教授）：「小時候我對貧富的概念比較模糊，大概是除了露宿街頭的朋友處身在社會的邊緣外，我對未來是充滿信心和希望，因為只要肯捱肯努力學習，香港當時向上流動的機會是充裕的。瞬間幾十年，由於經濟發展和社會的轉變，香港不同階層的生活環境越走越遠。如果不是有幸接觸明哥和卓瑤等一群有心人，自己對香港基層的了解就停留在貧窮線佔香港人口比例如何如何等堅離地式的紙上數據談兵。」

Annie

Yau（私人銀行副總裁、戰友）：「世上有種傳染病你會好希望傳給人的，而且傳得越多越好！感謝瑤把『傻人』傳染病傳給我。」

作者介绍:

目录:

[一雙手握成拳頭捱下去\\_下载链接1](#)

标签

hkno

评论

-----  
[一雙手握成拳頭捱下去\\_下载链接1](#)

书评

-----  
一雙手握成拳頭捱下去 下载链接1